

**SKRIPSI**



**ANALISIS KOMPONEN BIOMOTOR TERHADAP  
KETERAMPILAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA  
BASKET PADA ATLET KABUPATEN BONE**

***ANALYSIS OF ITS COMPONENTS BIOMOTOR KETERAM  
PILAN DRIBBLE IN THE GAME AGAINST THE BASKETBALL  
AT THE CITY BONE***

**ANDI WIRAWAN RISAL**

**PROGRAM STUDI STRATA 1  
JURUSAN PENJASKESREK  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
TAHUN 2020**

# **ANALISIS KOMPONEN BIOMOTOR TERHADAP KETERAMPILAN DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA ATLET KABUPATEN BONE**

## ***ANALYSIS OF ITS COMPONENTS BIOMOTOR KETERAM PILAN DRIBBLE IN THE GAME AGAINST THE BASKETBALL AT THE CITY BONE***

### **ABSTRAK**

Andi Wirawan Risal 2020. *Analisis Komponen Biomotor Terhadap Keterampilan dribble dalam permainan bolabasket pada atlet kabupaten bone. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar.* (dibimbing oleh H. Arifuddin Usman, dan Nurliani.)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan komponen Biomotor dengan Kemampuan *Dribble* Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone.

Populasi penelitian ini adalah atlet bola basket kabupaten Bone. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan sampel acak sederhana (simple random sampling) sehingga subjek penelitian ini adalah atlet putra yang aktif berlatih bolabasket sebanyak 20 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis (paired sample test) dengan menggunakan program SPSS.

Berdasarkan dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan yang dapat dilihat dari Hasil uji korelasi data Komponen Biomotor dengan Kemampuan *Dribble* Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone., nilai pearson correlation -0.520 dan P 0.019 ( $>0.05$ ). dengan demikian ada Komponen Biomotor dengan Kemampuan *Dribble* Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone

**KATA KUNCI:** Komponen Biomotor, Kemampuan Dribbling

## **PENDAHULUAN**

Perkembangan bolabasket di Indonesia semakin menunjukkan peningkatan yang pesat. Semakin banyaknya kompetisi mulai dari level sekolah hingga professional seperti DBL, Campus League, LIMA sampai IBL membuat olahraga bolabasket semakin dikenal disetiap kalangan.

Di Sulawesi Selatan, perkembangan cabang olahraga bolabasket juga semakin memperlihatkan kemajuan. Tim Sulawesi Selatan mampu lolos ke PON XIX tahun 2016 baik tim putri maupun putra. Pada POMNAS 2017, tim mahasiswa Sulawesi Selatan bahkan masuk ke empat besar baik putra maupun putri. Dan yang baru-baru ini terlaksana, 3 tim Sulawesi Selatan berhasil lolos ke PON XX Papua 2020 baik dari nomor 5 on 5 maupun 3X3.

Di tingkat kabupaten/kota di Sulawesi Selatan, Kota Makassar masih mendominasi juara di cabang olahraga bolabasket. Namun, tim putra dari Kabupaten Bone mampu meraih peringkat ketiga (medali Perunggu) di dua edisi PORDA yakni tahun 2014 di Bantaeng dan 2018 di Pinrang. Namun, untuk tingkat Usia Sekolah (Kejurda KU dan POPDA), tim asal kabupaten Bone belum mampu berbicara banyak tentang prestasi. Tim bolabasket Kabupaten Bone didominasi oleh pemain-pemain dari SMA Negeri 3 Kabupaten Bone. Penguasaan teknik dasar bolabasket secara garis besar masih belum mampu menyaingi kota Makassar. Salah satu teknik dasar yang perlu ditingkatkan adalah keterampilan dribble (menggiring bola). Menurut Jon Oliver (2007: 49)

menggiring adalah salah satu dasar bolabasket yang pertama kali diperkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bolabasket. Seorang pemula, pertama kali yang harus diajarkan adalah menggiring bola karena mendribbling bola merupakan dasar untuk melakukan serangan. Arma Abdoellah (1981: 109) menyatakan, “*dribble* atau menggiring bola adalah suatu usaha untuk membawa bola ke depan” Menurut Ambler Vic (1990: 10) “*dribbling* adalah membawa bola dengan cara memantul-mantulkannya”.

Tujuan dari latihan adalah untuk mencapai sebuah prestasi yang diinginkan, tentunya atlet bola basket harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bola basket dengan baik secara individu. Permainan bola basket tidak hanya permainan tim saja, tetapi juga merupakan permainan yang membutuhkan ketrampilan individu, oleh karenanya atlet bola basket harus menguasai teknik dasar bola basket. Terdapat beberapa teknik dasar permainan bola basket (Yakub, 2010:12) yaitu: 1) melempar dan menangkap (*passing and catching*), 2) menggiring (*dribbling*), 3) menembak (*shooting*), 4) olah kaki (*Pivot*), 5) merayah (*rebounding*). Kemudian Vic Amber (2012:12-14) menyatakan bahwa ketrampilan dasar dalam permainan bola basket yaitu meliputi : 1) menangani bola, 2) mengoper bola, 3) *dribbling*, 4) *shooting*, 5) mengamankan bola dari musuh, 6) melompat.

Berdasarkan semua teknik dasar bola basket diatas, seseorang yang ingin menjadi pemain bola basket yang bagus harus menguasai teknik dasar tersebut dengan baik. *Shooting* merupakan suatu ketrampilan dalam menyerang yang sangat penting dalam permainan bola basket, karena untuk mendapatkan skor dalam permainan bola basket yaitu harus memasukkan bola kedalam keranjang, akan tetapi *shooting* baru bisa dilakukan salah satunya setelah melakukan *dribble* menghindari penjagaan dari lawan. *Dribble* juga menjadi salah satu awalan dalam melakukan sebuah penyerangan. Sehingga akan sangat penting bagi seorang atlet bola basket dalam menguasai *dribble*.

Melihat sangat pentingnya *dibble* pada permainan bola basket, maka peneliti mengangkat *dribble* untuk dibahas lebih lanjut. *Dribble* adalah suatu upaya mendorong atau membawa bola secara terputus-putus dengan cara memantul-mantulkan bola. Gerakan saat menggiring bola senantiasa berubah-ubah umumnya dapat dilakukan dengan lambat atau mungkin sangat cepat tergantung dari tujuan atau kondisi yang terjadi saat pemain menggiring bola. Menurut (Danny Kosasih, 2008: 38), *dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring, namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor.

Terdapat beberapa tipe *dribble* dalam permainan bola basket yang umum digunakan oleh pemain yaitu *control dribble*, *speed dribble*, *change of pace dribble*, *retreat dribble*, *crossover dribble*, *spin dribble*, *behind the back dribble*,

*between the legs dribble* dan *inside out dribble*. Tingkat kesulitan yang tinggi menjadi perhatian dalam melakukan berbagai macam gerakan ini. Keputusan pemilihan tipe *dribble* harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat dengan tujuan dan keefektifannya dalam penggunaan tipe *dribble* tersebut.

Menurut Danny Kosasih (2008: 38) *dribble* menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor. Mengerti akan hal itu, sangat penting apabila pelatih maupun atlet mengetahui beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *dribble*, dengan tujuan meningkatkan kualitas *dribble*.

Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 14) sasaran dan tujuan latihan untuk pencapaian penampilan secara garis besar antara lain: (a) meningkatkan dan mengembangkan kualitas fisik umum dan khusus, (b) menambah dan menyempurnakan teknik, (c) mengembangkan dan menyempurnakan taktik dan strategi, dan (d) meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis. Kemudian Harsono (2015: 4) menyatakan bahwa tugas pelatih adalah menyiapkan atlet sebaik mungkin agar mampu berprestasi, dengan cara mempersiapkan dan melatih atlet dengan efektif, pelatih harus menyusun program untuk mengembangkan atlet dalam aspek-aspek teknik, fisik, dan psikologisnya. Berbagai macam pendapat mengenai pencapaian penampilan dapat disimpulkan bahwa dibutuhkan empat faktor untuk pencapaian penampilan yaitu fisik, teknik, taktik, dan mental. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan

untuk meneliti faktor fisik dan teknik saja terhadap kemampuan *dribble*, karena keduanya menjadi dasar dalam melatih *dribble*.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Permainan Bolabasket**

Bolabasket adalah salah satu bentuk olahraga yang termasuk dalam cabang permainan. Bolabasket ini sangat digemari masyarakat sekolah maupun masyarakat lainnya. Bolabasket adalah olahraga dimana dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain mencoba mencetak angka dengan memasukkan bola ke dalam keranjang. Bolabasket sangat cocok dilihat karena dimainkan di ruang tertutup dan memerlukan lapangan relatif kecil dengan hanya sepuluh orang menggunakan bola besar yang mudah dipelajari. Menurut John Oliver (2007: 10-11 ) permainan bolabasket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Dalam memainkan bola pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan. Sependapat dengan diatas, menurut Hal Wissel (2000: 20 ), bahwa teknik dasar bolabasket yaitu : Bola dapat diberikan hanya dengan *passing* (operan ) dengan tangan atau dengan *mendribbel* ( *batting*, *pushing*, atau *tapping* ) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar mencakup

*footwork* ( gerak kaki ), *shooting* ( menembak ), *passing* ( operan ), dan menangkap, *dribbel*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola.

Menurut Imam Sodikun ( 1992: 8), bolabasket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola boleh dioper ( dilempar ke teman ), boleh dipantulkan ke lantai ( di tempat atau sambil berjalan ) dan tujuannya adalah memasukkan bola ke keranjang lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 ( pemain ) setiap regu berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga ( mencegah ) keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. Dedy Sumiyarsono mengatakan (2002:1) bahwa permainan bolabasket merupakan bola besar yang dimainkan dengan tangan, permainan bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke basket (keranjang) lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bolabasket (keranjang) sendiri dengan cara lempar tangkap, menggiring dan menembak.

Olahraga basket merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat diminati masyarakat saat ini terutama kalangan pelajar, sehingga banyak sekali kejuaraan bolabasket yang diselenggarakan dan diikuti oleh masyarakat luas. Untuk mengukir prestasi terbaik dalam olahraga bolabasket harus melalui pembinaan prestasi yang sistematis dan terencana baik jangka pendek maupun jangka panjang. Sesuai dengan penjelasan tersebut di atas, maka perlu kiranya diadakan usaha-usaha pembinaan yang intensif agar menciptakan atlet-atlet bolabasket yang berkualitas.



Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan bolabasket merupakan olahraga permainan yang dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 (pemain) yang berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan sebanyak mungkin dan menahan lawan agar jangan memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan menggunakan teknik dasar yang digunakan dalam permainan adalah *passing*, *chatching*, *dribble*, dan *shooting*.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian dalam karya tulis ini adalah korelasi untuk mengetahui hubungan yaitu hubungan komponen Biomotor dengan Kemampuan *Dribble* Bolabasket

### **B. Waktu Dan Tempat Penelitian**

Lokasi yang menjadi tempat penelitian dalam penelitian ini adalah di lapangan basket Manunggal Todoopul yang beralamat di jalan merdeka kabupaten Bone Provinsi Sulawesi Selatan dengan waktu penelitian pada tanggal 8 juli 2020

### **C. Populasi Dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek atau obyek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Etta Mamang dan

Sopiah, 2010: 185). Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bolabasket Kabupaten Bone.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Etta Mamang dan Sopiah, 2010: 186). pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* atau penentuan sampel secara acak dengan cara diundi.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil-hasil analisis data dalam pengujian hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan interpretasi keterkaitan antara hasil analisis yang dicapai dengan teori-teori yang mendasari penilaian ini. Penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori-teori yang dikemukakan dengan hasil penelitian yang diperoleh.

Biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam, di antaranya adalah sistem neuromuskuler, pernafasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian (Sukadiyanto, 2005: 35). Menurut Bompa (1994: 7), komponen dasar biomotor olahragawan meliputi kekuatan, kecepatan, ketahanan, koordinasi, fleksibilitas, adapun komponen lain yang merupakan gabungan dari beberapa komponen sehingga membentuk satu perseistilahan sendiri di antaranya adalah power dan kelincahan. Power merupakan gabungan dari kekuatan dan kecepatan. Sedangkan kelincahan merupakan gabungan

dari kecepatan dan koordinasi. Secara garis besar komponen biomotor dipengaruhi oleh kebugaran energi dan otot. Kebugaran energi adalah komponen sumber energi yang menyebabkan terjadinya gerak. Sedangkan kebugaran otot adalah keseluruhan dari komponen-komponen biomotor yang meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, power, kelentukan, keseimbangan, dan kelincahan (Sharkey & Brian J, 1986: 74).

Menurut Sukadiyanto dan Dangsina Muluk (2011: 57) yang dimaksud dengan biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem organ dalam. Gerak akan terjadi bila tersedia energi baik yang tersimpan didalam otot maupun yang diperoleh dari luar tubuh melalui makanan, dengan demikian komponen biomotor adalah keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan. Hampir semua aktivitas gerak dalam olahraga selalu mengandung unsur-unsur kekuatan, durasi, kecepatan, dan gerak kompleks yang memerlukan keluasaan gerak persendian. Menurut Suharjana (2013: 7-8) kebugaran jasmani yang berhubungan dengan ketrampilan terdiri dari kecepatan, daya ledak, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Kemampuan dasar dari biomotor olahragawan meliputi kekuatan, ketahanan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas. Adapun komponen-komponen yang lain merupakan perpaduan dari beberapa komponen, diantaranya seperti power yang merupakan gabungan dari kekuatan dan kecepatan, kelincahan merupakan gabungan dari kecepatan dan koordinasi (Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011: 57) .

Teknik dasar menggiring bola sangat ditunjang oleh komponen biomotor yang baik karena kompleksitas gerakan untuk melewati pemain lawan sehingga

mampu mendekati area pertahanan lawan. Hasil uji korelasi data Komponen Biomotor dengan Kemampuan Dribble Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone., nilai pearson correlation -0.520 dan P 0.019 ( $>0.05$ ). dengan demikian ada Komponen Biomotor dengan Kemampuan Dribble Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil data dan pembahasan dari penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa ada Komponen Biomotor dengan Kemampuan Dribble Bolabasket pada Atlet Bolabasket Kabupaten Bone.

### **B. Saran**

Adapun saran-saran yang direkomendasikan sebagai berikut:

1. Kepada atlet bolabasket diharapkan untuk meningkatkan komponen biomotor yang dimiliki agar mampu menjaga performanya di dalam pertandingan maupun kompetisi
2. Kepada pembina dan pelatih bolabasket khususnya Bolabasket Kabupaten Bone, diharapkan agar senantiasa memperhatikan dan memberikan latihan komponen biomotor yang akan mendukung keterampilan menggiring bolabasket atlet yang dimiliki sehingga dribbling akan menjadi lebih efektif dalam menunjang tim dalam meraih angka dan memenangkan pertandingan.

3. Kepada peneliti yang tertarik  
meneliti tentang kemampuan  
fisik agar mengkombinasikan  
faktor-faktor yang berpengaruh  
terhadap komponen biomotor  
maupun keterampilan  
menggiring bola.

Theory and  
Methodology of  
Training. Champaign,  
IL: Human Kinetics

Brittenham, Greg. (1998). *Bola Basket Panduan Lengkap*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada

Danny Kosasih. 2008. *Fundamental Basketball*. D.I. Yogyakarta. Karmedia

Halim, Nur Ichsan 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: badan penerbit UNM

Halim, Nur Ichsan 2011. *Tes dan Pengukuran dalam Bidang Keolahragaan*. Makassar: Badan penerbit UNM

Harsono, (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: Rosda.  
Amber, Vic. (2012). *Petunjuk Untuk Pelatih dan Pemain Bola Basket*. Bandung: Pionir Jaya

Ismaryati, (2009). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.

M. Sajoto, (1988). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondis Fisik Dalam*

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Era Pustaka Utama. Surakarta

Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud

Arma Abdullah.(1981). *Olahraga Untuk Pelatih, Pembina Dan Penggemar* :Sastra Budaya

Bloom, Benjamin S., etc. 1956. *Taxonomy of Educational Objectives : The Classification of Educational Goals, Handbook I Cognitive Domain*. New York : Longmans, Green and Co.

Bompa, T. O. dan Gregory, H. G. (2009). *Periodization*:

- Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- M. Sajoto. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK
- Mamang Sangadji, Etta dan Sopiah, 2010. *Metodologi Penelitian*, Penerbit Andi, Yogyakarta
- Moeloek D .1984. *Dasar Fisiologi Kesegaran Jasmani dan Latihan Fisik*. Di dalam : Moeloek D dan Tjokronegoro A, editor. *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: UI Press
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-dasar bola basket*. Bandung: Pakar Raya.
- Perbasi.(2006).Pedoman Pelatih Bolabasket Modern. Jakarta
- Sodikun, Iman. 1992. *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Sugiyono. 2013.*Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif,*
- dan R&D)*.Bandung : Alfabeta.
- Suharjana, (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Suharto. (2000). Pedoman dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga Bagi Pelatih Olahragawan Pelajar. Jakarta: Depdiknas Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Sukadiyanto dan Dangsina Muluk. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung
- Sukintaka. (1979). *Permainan dan Metodik; Buku II*. Jakarta: Tarate Bandung.
- Sumiyarsono, Dedi. 2002. *Ketrampilan Bola Basket*. Yogyakarta: UNY
- Sri Haryono, (2009). *Buku Pedoman Praktek Laboratorium Matakuliah Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang: prodi pendidikan kepelatihan olahraga FIK UNNES.
- Wissel, Hall. 2000. *Bola Basket: Langkah Untuk Sukses*. Jakarta: Grafindo Persada